Teitl: Crefydd a Bwyd

<table>
<tr><td>Teitlau</td><td>Feganiaeth a Llysieuaeth</td><td>Rheolau bwyd Iddewiaeth ac Islam</td><td>Bwyd a Dathliadau</td></tr>
<tr><td>Rhesymeg</td><td colspan="3">YMWADIAD: Mae'r Nodiadau i Athrawon wedi'u diweddaru er mwyn gallu defnyddio'r adnodd drwy Gwricwlwm i Gymru. Wedi dweud hynny, mae cynnwys yr erthyglau wedi'i archifo ac nid yw'r wybodaeth wedi'i diweddaru. Mae'r erthyglau yn cael eu cadw ar y wefan gan fod y cynnwys yn parhau i fod yn berthnasol i Gwricwlwm i Gymru: Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg.

Pedwar diben 'Cwricwlwm i Gymru - Cwricwlwm am Oes'
Drwy ddysgu am berthynas bwyd a chrefydd fel rhan o'u gwersi addysg Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg, bydd cyfleoedd i ddysgwyr ddatblygu yn:
• Ddysgwyr uchelgeisiol, galluog sy'n gallu egluro'r syniadau a'r cysyniadau maen nhw'n eu dysgu;
• Unigolion iach a hyderus sydd â gwerthoedd cadarn ac sy'n sefydlu eu credoau ysbrydol a moesol;
• Cyfranogwyr mentrus, creadigol sy'n rhoi o'u hegni a'u sgiliau er budd pobl eraill;
• Dinasyddion moesol, dysgedig a fydd yn ymgysylltu â materion cyfoes yn seiliedig ar eu gwybodaeth a'u gwerthoedd.

Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg yn y Cwricwlwm i Gymru
Drwy ddarllen a defnyddio'r erthyglau yn eu gwersi Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg, caiff dysgwyr gyfleoedd i:

• Ymgysylltu â chwestiynau athronyddol a thyngedfennol, a'u harchwilio
• Ymgymryd ag ymholiadau ac ymgysylltu â ffynonellau o ddoethineb ac athroniaethau
• Datblygu a mynegi eu safbwyntiau dysgedig eu hunain
• Defnyddio eu gwybodaeth a'u dealltwriaeth am safbwyntiau byd-eang crefyddol a heb fod yn grefyddol i feddwl yn feirniadol am eu gwerthoedd eu hunain
• Archwilio'r ffyrdd mae argyhoeddiadau athronyddol crefyddol a heb fod yn grefyddol wedi dylanwadu ar brofiad dynol drwy gydol hanes
• Gwerthuso amrywiaeth o ffynonellau crefyddol a heb fod yn grefyddol a defnyddio tystiolaeth ohonynt i ymgysylltu â materion moesegol a moesol
• Archwilio credoau ac arferion pobl yn eu cymuned, yng Nghymru ac yn y byd ehangach ac ymateb yn sensitif iddynt
• Datblygu gwerthoedd cadarn a sefydlu eu credoau moesol a'u hysbrydolrwydd
• Trafod eu persbectifau eu hunain a phersbectifau eraill, a myfyrio arnynt</td></tr>
</table>

Teitlau	Feganiaeth a Llysieuaeth	Rheolau bwyd Iddewiaeth ac Islam	Bwyd a Dathliadau
	Y lens Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg Drwy ddarllen a defnyddio'r erthyglau yn eu gwersi Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg, caiff dysgwyr gyfleoedd i archwilio amrywiaeth o gysyniadau yn ymwneud â Chrefydd, Gwerthoedd a Moeseg drwy'r **is-lensys isod:** • Chwilio am ystyr a diben; • Y byd naturiol a phethau byw; • Hunaniaeth a pherthyn; • Awdurdod a dylanwad; • Perthnasoedd a chyfrifoldeb; • Gwerthoedd a moeseg; • Taith bywyd; *Noder bod Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg yn cael eu pennu'n lleol drwy faes llafur cytunedig. Mae gan bob awdurdod lleol ei faes llafur cytunedig ei hun ar gyfer Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg y mae'n rhaid i ysgolion ei ystyried. Mae pob maes llafur sydd wedi'i gytuno wedi ystyried fframwaith y Cwricwlwm i Gymru a chanllawiau Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg y cyfeirir atynt uchod ac isod. **Dolenni Defnyddiol:** **Canllawiau Crefydd, Gwerthoedd a Moeseg - https://hwb.gov.wales/curriculum-for-wales/humanities/designing-your-curriculum/#religion,-values-and-ethics-guidance** **Canllawiau Dyniaethau Hwb - https://hwb.gov.wales/curriculum-for-wales/humanities** **Datganiadau o'r hyn sy'n bwysig - https://hwb.gov.wales/curriculum-for-wales/humanities/statements-of-what-matters/** **Themâu Trawsgwricwlaidd - https://hwb.gov.wales/curriculum-for-wales/humanities/designing-your-curriculum/#cross-cutting-themes**		

Teitlau	Feganiaeth a Llysieuaeth	Rheolau bwyd Iddewiaeth ac Islam	Bwyd a Dathliadau
Geirfa allweddol	Eiriolwr - Sefyll drosrywbeth yr ydych yn ei gredu. Ahimsa- Di-drais. Bioamrywiaeth - Yr amrywiaeth o fywyd ar y Ddaear ar ei holl lefelau, o enynnau hyd at ecosystemau Trugaredd - Adnabod dioddefaint eraill ac yn gweithredu i helpu. Cadwraeth - Atal defnydd gwastraffus o adnodd. Euogfarn - Cred neu farn gadarn. Empathi - Y gallu i synhwyro emosiynau pobl eraill ynghyd â'r gallu i ddychmygu beth y gallai rhywun arall fod yn ei feddwl neu ei deimlo. Amgylcheddol - Yn cyfeirio at y byd naturiol ac effaith gweithgarwch dynol ar ei chyflwr. Moesegol - Person neu agwedd sy'n cael ei gweld yn gywir yn y synnwyr moesol. Cyfannol – Yn cyfeirio at neu'n ymwneud â chyfanion neu systemau cyflawn yn hytrach na rhannau unigol. Cyd-gysylltiad - Y ffaith neu'r cyflwr o fod yn gysylltiedig â'i gilydd	Kashrut – Term am reolau bwyd yr Iddewon. Mitzvot – y gorchmynion sydd yn cael eu dilyn gan Iddewon. Torah – pum llyfr cyfraith yr Iddewon. Kosher – bwyd sy'n dderbyniol i Iddewon. Trefah – bwyd sydd yn annerbyniol gan Iddewon. Parev – bwyd niwtral yn ôl rheolau bwyd yr Iddewon. Shechitah – y dull Iddewig o ladd anifail ar gyfer ei fwyta. Shochet – y person sy'n gymwys i ladd anifail er mwyn iddo fod yn kosher/derbyniol gan Iddewon. Quran – llyfr sanctaidd Islam. Sunnah – arferion a thraddodiadau Islam sy'n dod o eiriau a hanes y proffwyd Muhammmad. Halal – bwyd sy'n cael ei ganiatáu gan reolau Islam. Haram – bwyd sydd ddim yn cael ei ganiatáu gan reolau Islam.	Diwylliant – y syniadau, arferion a gwerthoedd sy'n perthyn i bobl neu gymuned arbennig. Eid al-fitr – yr Ŵyl sy'n dod ag ympryd Ramadan i ben yn y grefydd Islamaidd Ramadan – mis sanctaidd yng nghrefydd Islam pryd y bydd Mwslimiaid yn ymprydio Medina – un o ddinasoedd mwyaf sanctaidd crefydd Islam – yn Saudi Arabia Gŵyl y Peshach – Gŵyl Iddewig sy'n dathlu hanes Moses yn achub yr Iddewon o gaethiwed yr Aifft. Pryd y Seder – Y pryd symbolaidd sy'n cael ei fwyta fel rhan o ddathliadau'r Peshach Gŵyl y Purim – Gŵyl Iddewig sy'n dathlu hanes y frenhines Esther yn achub yr Iddewon rhag cynllwyn Haman i'w lladd. 'Hamantaschen' – pocedi neu glustiau Haman – y teisennau triongl sy'n cael eu bwyta adeg y Purim Gŵyl y Pasg – Gŵyl Gristnogol sy'n dathlu atgyfodiad Iesu

Teitlau	Feganiaeth a Llysieuaeth	Rheolau bwyd Iddewiaeth ac Islam	Bwyd a Dathliadau
	Meddylgarwch - Cynnal ymwybyddiaeth fesul moment o'n meddyliau, teimladau, synwyriadau corfforol, a'r amgylchedd o'n cwmpas, drwy lens dyner, feithringar. Athroniaeth / Athronyddol - Theori neu agwedd sy'n gweithredu fel egwyddor arweiniol ar gyfer ymddygiad. Rastafari - Crefydd a ddatblygwyd yn Jamaica. Ysbrydol - Yn ymwneud â chrefydd neu'r gred grefyddol neu'n ymwneud neu'n effeithio'r enaid dynol neu ysbryd yn hytrach na phethau materol neu gorfforol. Stiwardiaeth - Dyletswydd i ofalu am y byd. Cynaliadwy - Wedi'i wneud mewn ffordd sy'n achosi ychydig neu dim difrod i'r amgylchedd felly'n gallu parhau am amser hir. Fegan- Person sy'n ymatal rhag bwyta cynnyrch anifeiliaid. Veganuary - Troi'n Fegan am fis Ionawr. Llysieuwr - Person sy'n ymatal rhag bwyta cig.		Gwasanaeth yr Offeren/Cymun/Swper yr Arglwydd – yr arfer mewn eglwysi a chapel o fwyta bara ac yfed gwin i gofio am groeshoeliad Iesu. Hunaniaeth - yr hyn sy’n ein gwneud ni'r hyn ydan ni, un ai fel unigolion, cymuned neu genedl.
Geirfa	Eiriolwr Ahimsa	Kashrut Mitzvot	Eid al-Fitr Ramadan

Teitlau	Feganiaeth a Llysieuaeth	Rheolau bwyd Iddewiaeth ac Islam	Bwyd a Dathliadau
	Bioamrywiaeth Trugaredd Cadwraeth Euogfarn Empathi Amgylcheddol Moesegol Cyfannol Cyd-gysylltiad Meddylgarwch Athroniaeth / Athronyddol Rastafari Ysbrydol Stiwardiaeth Cynaliadwy Fegan Veganuary Llysieuwr	Torah Kosher Trefah Parev Shechitah Shochet Quran Sunnah Halal Haram	Islam Medina Saudi Arabia Peshach Moses Seder Aifft Caethweision Purim Esther 'Hamantaschen' Gŵyl y Pasg Atgyfodiad Offeren/Cymun/Swper yr Arglwydd Blwyddyn Newydd Tsieineaidd

Teitlau	Feganiaeth a Llysieuaeth	Rheolau bwyd Iddewiaeth ac Islam	Bwyd a Dathliadau
Tasgau ymestynnol	’Nid yw’r hyn yr ydym yn ei fwyta yn gwneud dim gwahaniaeth o ran sut berson ydym.’ Trafodwch gan ystyried dadleuon o blaid ac yn erbyn y gosodiad.		
Tasgau dosbarth	1. Nid yw feganiaid yn bwyta unrhyw beth yn gysylltiedig ag anifeiliaid, gan gynnwys cig, cynnyrch llaeth ac wyau. Lluniwch fwydlen FEGAN ar gyfer parti. 2. Yn aml mae dryswch rhwng Llysieuaeth a Feganiaeth, ond nid ydynt yr un fath! Cwblhewch y diagram Venn isod, gan gynnwys y rhestr o fwydydd yn yr adran gywir. Wyau, Llaeth, Pysgodyn Penfras, Siocled, Llaeth, Eog, Coffi *Latte*, Mêl, Pupur, Caws.	3. Casglwch wybodaeth am sut y mae cadw cig a llefrith arwahan yn gallu gwneud pethau’n gymhleth mewn cegin Iddewig. 4. Paratowch fwydlen tri cwrs sy’n cadw at reolau kashrut. 5. Mae Iddewon yn amrywio’n arw o ran cadw kashrut. Beth yw agwedd Iddewon yng Nghymru a thu hwnt. Cofiwch sôn am wahanol draddodiadau a grwpiau Iddewig. 6. Mae’n anodd dod o hyd i fwydydd kosher a halal yng Nghymru’, I ba raddau mae hyn yn wir? 7. Rydych wedi gwahodd teulu Mwslimaidd i’ch cartref am bryd o fwyd Cymreig. Gwnewch restr o bethau i’w cofio wrth baratoi’r pryd.	1. Trafodwch a yw'r defnydd o fwyd yn angenrheidiol yn y dathliadau y cyfeirir atynt yn yr erthygl. A fyddai ystyr y dathliadau yn cael ei golli pe na bai bwyd a bwyta yn rhan ohonynt? A yw cynnwys bwyd neu fwydydd arbennig yn rhwystr i rai medru cymryd rhan yn y dathliadau e.e. a fyddai llysieuwr/wraig yn gallu cymryd rhan mewn dathliad sy’n cynnwys bwyta cig? 2. I ba raddau mae bwyd yn rhan o’n hunaniaeth? Ysgrifennwch erthygl ar y testun - ‘You are what you eat.’ 3. Ymchwiliwch ymhellach i arferion y gwyliau y cyfeirir atynt a rhowch grynodeb i weddill y dosbarth ar ffurf adroddiad newyddion. 4. Lluniwch flog ar y defnydd o fwyd mewn dathliadau.
Adnoddau pellach			

Teitlau	Feganiaeth a Llysieuaeth	Rheolau bwyd Iddewiaeth ac Islam	Bwyd a Dathliadau